Apuntes a la historia de AA



en el estado Portuguesa Venezuela

Grupo Unidad

Acarigua

2024

Apuntes a la historia de AA en el estado Portuguesa (Venezuela)

Grupo Unidad

Acarigua

Portada Rosa Mujica Verasmendi.
Foto de la composición de portada Branyelis M.

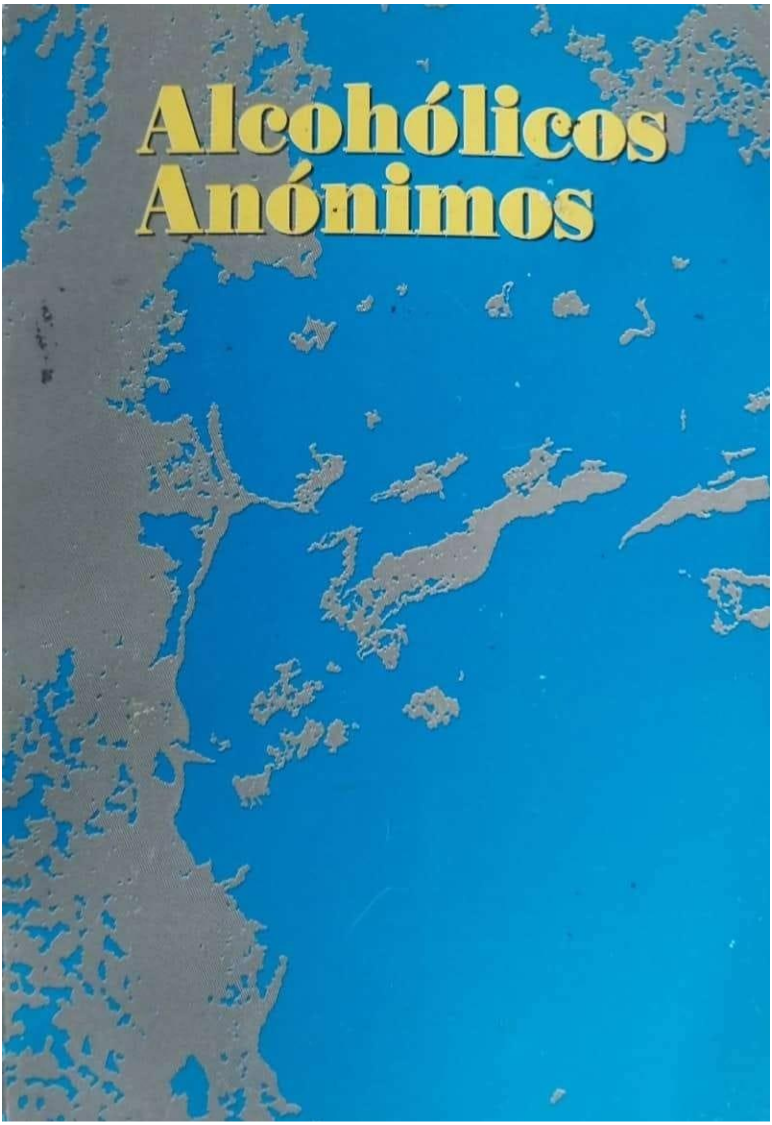
Depósito Legal
PO2023000010

ISBN:

ISBN: 978-980-18-3997-2
9 789801 839972

DEDICATORIA

A los compañeros y compañeras que se adelantaron y a los que están por llegar, quienes desconocen que el alcoholismo es una enfermedad incurable, progresiva y fatal.


Alcohólicos
Anónimos

AGRADECIMIENTOS

A todas las personas que brindaron su testimonio, con la esperanza de forjar, en el yunque de nuestra experiencia, un camino de esperanzas a quienes sufren de alcoholismo.

DOCE PASOS
y
DOCE TRADICIONES

ÍNDICE

Dedicatoria 3

Agradecimientos 5

El mensaje de esperanza de AA 9

AA llegó al estado Portuguesa, empieza el Tercer Legado 13

Amigos de AA. Cooperacion no Afiliación 19

Grupo "Unidad" en Acarigua y el Grupo "Araure" en la ciudad del mismo nombre 23

Se consolidan otros grupos en Portuguesa 39

Compañeras AA 45

AA Jóvenes y personas de edad avanzada 51

Actividades de AA 55

Grupos con base en los 12 pasos de AA 59

Fuentes 63

Doce preguntas que solamente ud. puede contestar 67

Doce Pasos 69

Doce Tradiciones 71

Usar el plan de 24 horas 73

Acerca del libro 77

.

El *Manual de Servicio* de AA

y

Doce Conceptos para *Servicio Mundial*

por Bill W.

Edición 2011 - 2015

Venezuela

EL MENSAJE DE ESPERANZA DE AA

Constituye un honor compartir estos "Apuntes sobre la Historia de AA en el estado Portuguesa". En este texto hacemos de portavoz de las historias que muchos compañeros y compañeras han estado narrando, desde el yunque de la experiencia, por ello es deber dejar constancia que los aportes son de índole colectivo. Sin la firme insistencia de José C. desde hace varios años para la realización de este trabajo, así como el apoyo de José Lorenzo J., Guillermo R., Jesús B., Joan S., entre muchos otros miembros de AA., esta información no hubiese podido concretarse en este texto. Los aportes son de los testimoniantes y cualquier omisión o error existente es, posiblemente, un fallo de los redactores que sistematizaron, por tanto, se asume con humildad para corregir.

Se pueden identificar, al menos, el tiempo de llegada del mensaje AA desde que se reportó en Venezuela: en Caracas para 1946, en Falcón al año siguiente; en San Félix hacia 1949; en Maracaibo para 1952. La OSG de New York reportó Grupos en Caracas, Maracaibo, en Valencia, Sabaneta, San Cristóbal y Falcón en 1964. Existe relación entre la riqueza generada por la economía petrolera y la llegada de AA en Venezuela, según opinan algunos miembros ("Llegada del Mensaje a Venezuela", Revista Gratitud, Nº 2).



Compañeros de Portuguesa en la delegación Venezolana en la Convención Internacional de San Diego, USA, 1995.

Los datos recopilados hasta estos momentos, indican que para Acarigua llegó la experiencia de AA por unos compañeros comerciantes de Barquisimeto, que trabajaban en la zona a principios de los años setenta (c. 1972), quienes laboraban en forma similar a como se conoció Bill W. y el Dr. Bob.

Para esta edición se han seguido los principios de AA, por este motivo las imágenes de compañeras y compañeros que han pasado a otra dimensión se publican sin problema, así como la identificación del apellido, mientras que los que aún están entre nosotros se difuminó el rostro, para resguardo del anonimato como indican nuestras tradiciones sin señalar sus identificaciones completas. Las imágenes son de los archivos fotográficos de Francisco J., José C., Armando G., Marcos C. y Juan Ramón Pérez.

Nada hubiese agradado más que escribir una obra que no causase polémica; situación difícil en cualquier comunidad humana. Pronto llegaron críticas, unos compañeros abogaban porque se incluyeran nombres, otros que se hicieran citas y referencias de modo científico siguiendo este o aquel método que la ciencia propone. Un miembro llegó al término de alegar que la literatura fundante de AA es "prosaica", percepción que no compartimos porque son textos que se basaron en los principios filosóficos, científicos y religiosos que estaban vigentes en su tiempo y, asimismo, manteniendo un lenguaje que posibilitase el acercamiento al alcohólico.

En todo caso, quien desee hacer un texto desde los principios y el lenguaje científico está en el derecho de hacerlo, como hizo un compañero con una investigación de Maestría titulada "Responsabilidad penal del ebrio provocador", donde el autor debió dominar y aplicar todo el aparato crítico de una investigación de cuarto nivel, no para alcoholicos activos.

Este texto debe entenderse como un esfuerzo inicial donde sin duda quedaron aspectos y personas sin mencionar, porque fue elaborado desde una cantidad limitada de información y fuentes colocadas como referencias al cerrar el trabajo, como toda investigación. Se agradecen los aportes dados por muchos miembros de la comunidad. La coordinación de esta investigación la realizó el compañero José C. y acompañamos en las labores de redacción y corrección: un abogado, un médico, un ingeniero y un docente, miembros de la comunidad, mientras la revisión general del texto estuvo a cargo de Rosa Mujica Verasmendi, Dra. en Artes y Culturas del Sur y un miembro de la comunidad también doctor.



Compañeros de Portuguesa en la Convención Internacional de Seattle 1990.

AA LLEGÓ AL ESTADO PORTUGUESA, EMPIEZA EL TERCER LEGADO

Oréstedes M. fue un chef que llegó a la comunidad y trabajó en Acarigua como Conserje, posteriormente conformó una empresa de mantenimiento de locales. Junto a sus contratos de mantenimiento de empresas bancarias, comerciales e industriales, trajo también el mensaje de esperanza a los alcohólicos activos que, por una parte, desconocían que sufrían de una enfermedad incurable, progresiva y fatal y, de igual forma, se dedicó a organizar grupos de AA.



Oréstedes M. (Molina †)

Este compañero llegó a la comunidad el 20 de agosto de 1970, su nombre era José Rondón, sin embargo, en ese tiempo era común asumir otros nombres, amparado por la tradición del anonimato.

Años después, el ingeniero forestal sanfelipeño Carlos J., residenciado en Acarigua, quien estuvo recluido en el Hospital Psiquiátrico de Lídice, en Caracas, donde se le dio tratamiento con Antabuse (Disulfiram). Narraba que quien le atendió, la doctora Negrín o Negrón (no precisamos el apellido), le mandó como parte del tratamiento, asistir a las reuniones de AA del Grupo institucional que funcionaba en este centro de salud. Ya limpio, fue a consulta y la psiquiatra le preguntó:

"—¿Fue a la reunión de AA?"

La primera semana contestó que no. La siguiente, ocurrió de nuevo el incidente de forma similar. La tercera vez, cuando le dijo que no había asistido, la doctora respondió, en tono fuerte:

"—No fue a la reunión de AA, entonces vaya donde están los otros locos…"

Don Carlos J. indicaba que esto le conmovió. Era un diagnóstico descarnado que no deseaba aceptar, por el síndrome de negación.

Comentaba que inicialmente asistía una vez a la semana a las reuniones en los Grupos en Valencia, quizás porque trabajaba en San Carlos y prefería acudir a esta ciudad, aunque para ese momento ya existían Grupos en Barquisimeto. Entonces, la literatura de AA era un tesoro, había poca y la existente había que pedirla al exterior.

Oréstedes y Carlos J., empezaron a realizar esfuerzos conjuntos para consolidar AA en la zona. Esta es la **primera etapa**, de miembros solitarios o de organización previa.



Carlos J. (Azuaje †)

La **segunda etapa**, puede considerarse con la consolidación de la estructura de AA en Venezuela, porque en la década de 1970, la comunidad iniciaba un crecimiento, a partir de las individualidades que asumían tener problemas con la bebida, quienes trasmitían el mensaje, sin dejar registros en la OSG de New York.

Previo a la Primera Conferencia de Venezuela desde el 4 al 7 de abril de 1985, hubo 24 reuniones organizativas, entre las cuales, los compañeros de Acarigua, con claridad del Tercer Legado, propusieron organizar la estructura de AA en Venezuela. Para el 26 de agosto de 1978 en el Grupo Central de Acarigua, se dio la primera reunión para organizar la Oficina de Servicios Generales (OSG) de Venezuela, promovida por Oréstedes Molina (†), entre otros miembros. Asistieron trece Delegados, representando diferentes grupos de Caracas, Mérida, Maracaibo, Valencia y Puerto Cabello. En la reunión se planteó: Dividir Venezuela en siete zonas, formar una Junta o Comité Pro Servicios Generales, esta Junta quedó integrada por Juan C. (Grupo El Bosque, Caracas) como Coordinador; Rafael R. (Grupo Libertador, Mérida) como Secretario y Francisco O. (Grupo Central, Maracaibo) mientras los demás Delegados conformaron el Comité, esta directiva tenía duración de un año y podía ser reelegida, asimismo debía buscar un espacio de funcionamiento.

El 30 de octubre de 1982, se vuelven a congregar en esta ciudad para la vigésima reunión con el propósito de formar la estructura venezolana de AA. Entonces asistieron 26 delegados de grupos de Caracas, San Cristóbal, Puerto La Cruz, Mérida, Maracaibo, Barquisimeto, Tovar, Ciudad Ojeda, y Villa del Rosario.

En Barquisimeto se realizó la segunda reunión Pro OSG el 18 de noviembre de 1978; la sexta el 1 de diciembre de 1979;

la séptima el 1 de marzo de 1980; la octava el 3 de mayo del mismo año y la décima tercera el 14 de febrero de 1981.

En San Cristóbal, se realizó la tercera el 24 de febrero de 1979 y la vigésima tercera el 25 de junio de 1983. En Valencia, la cuarta el 19 de mayo de 1979; la duodécima el 13 de diciembre de 1980 y la decimoséptima el 23 de enero de 1982. En Mérida, la décima el 16 de agosto de 1980 y la decimosexta el 11 y 12 de octubre de 1981.

En Caracas, se efectuó la quinta reunión el 1 de septiembre de 1979; la novena el 7 de junio de 1980; la decimoquinta; decimoctava el 21 de abril de 1982; la décima novena el 31 de junio de 1982; la vigésima primera el 29 de febrero de 1983; la vigésima segunda el 7 de mayo de 1983 y la vigésima cuarta el 30 de julio de 1983.

Oréstedes M. y Carlos J. dos pioneros de AA en Portuguesa.

AMIGOS DE AA. COOPERACION NO AFILIACIÓN

La sexta Tradición indica que, para cumplir el principal objetivo de AA, llevar el mensaje a quienes aún sufren de la enfermedad, se deben evitar los problemas de dinero, propiedad y autoridad, en tanto nos pueden desviar fácilmente de este propósito. Sin embargo, se señala que puede haber cooperación de quienes deseen apoyarnos, sin afiliación. Es decir, no se respalda ni se opone a ninguna causa diferente al espíritu de este propósito.

En este transitar hemos contado con un extraordinario número de personas que han creído y apoyado esta comunidad con determinación. A ellas se debe, en gran medida lo que se ha logrado hasta ahora. Personas vinculadas a las ciencias médicas, como psiquiatras, psicólogos, enfermeras, sanitaristas; así como diversos profesionales y a la religión en

sus diferentes vertientes, han servido de apoyo a la comunidad que se siente inmensamente agradecida.

Desde el principio, los grupos de Portuguesa contaron con el apoyo de religiosos como el padre Javier Berzosa, primero en Fe y Alegría y, luego, en Santa Elena. De igual forma, Benjamín Caldera, profesor del liceo Páez y pastor de la iglesia Peña de Horeb, en el Barrio Andrés Bello, colaboró con los Grupos de AA.



Padre Javier Berzosa (†)
(foto colección Juan Ramón Pérez)

En Guanare, el Grupo de AA funcionó en la iglesia San José Obrero hace años, contando con la solidaridad de Fray Pedro Buonamasa y, recientemente, se volvió a manifestar con Fray José Luis Avendaño quien apoyó para reabrir el Grupo de AA y seguir en este mismo templo. En San Carlos, Monseñor Antonio Arellano Durán (†), Obispo de esta Diócesis, posibilitó el trabajo en ese Estado.



En el gremio médico, hemos encontrado diversos benefactores como el Dr. José de Jesús Maldonado, internista, en la clínica Vargas. En el Ministerio de Sanidad y Asistencia Social en Acarigua, con el personal que labora en higiene mental: Licda. María Palacios, Licda. Evelin Carrasquero, Licda. Aracelis Castillo.

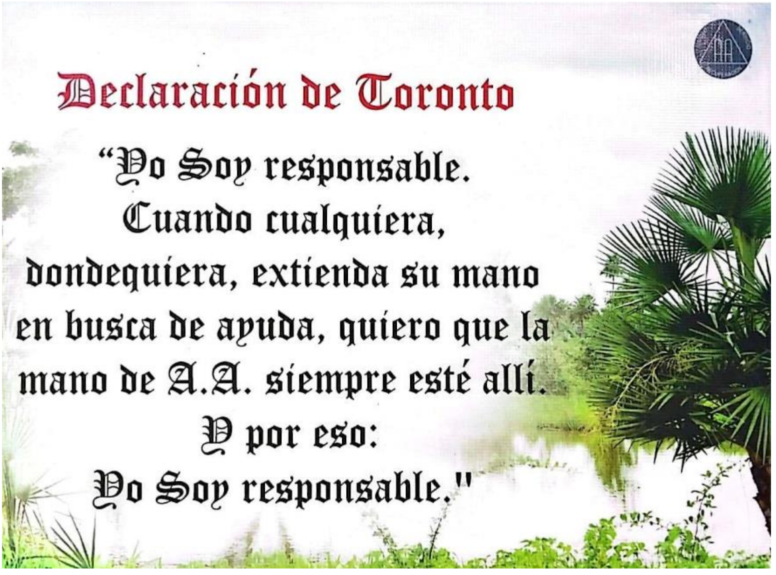
Asimismo, diferentes comerciantes como el señor César Sánchez, gerente de una tienda de pinturas, por el sector de El Palito, en Acarigua.



GRUPO “UNIDAD” EN ACARIGUA Y EL GRUPO “ARAURE” EN LA CIUDAD DEL MISMO NOMBRE

El trabajo de AA, fue andando paso a paso, como su programa de recuperación. En todo caso, para efectos de estos apuntes, interesa resaltar la existencia de varios alcohólicos anónimos ya declarados para inicios de los años ochenta y, al menos, un primer grupo Araure que se reunía en la Iglesia Nuestra Señora del Pilar de esa ciudad, iniciado y atendido por Oréstedes; así como el Grupo Central, que promovió la conformación de la OSG, y grupos en la zona Sur de Acarigua, en Fe y Alegría, con apoyo del Presbítero Javier Berzosa, y cuando a este religioso se le asignó la Parroquia Eclesiástica Santa Elena, el grupo de AA, se mudó también.

Entonces, entre los declarados como AA, estaban: Luis C., Vicente C., Michel N., Carlos J. (Azuaje †), el más antiguo de Acarigua, un pilar principal en ese momento. Todos ayudaron en la atención en las reuniones del Barrio Santa Elena en compañía de Michel.



Declaración de Toronto.

A José C., le llegó el mensaje cuando Leopoldo G. (Garrido †) y Naudy C., el primero de Barquisimeto y el segundo de Duaca, quienes vendían libros, llegaron donde trabajaba. Hubo un accidente y uno de ellos se cortó, José comentó que solamente tenía alcohol. El herido respondió que no deseaba nada con alcohol porque era alcohólico. Estas palabras le atrajeron, porque dentro sabía que tenía problemas con la bebida. Su padre estaba recluido por alcoholismo en el

manicomio de “El Pampero” en Barquisimeto. Cuenta que de retorno de las visitas que le hacía, se ponía a beber. Asistió a consulta con un psiquiatra y de nada sirvió. Le invitaron a una reunión en Barquisimeto y se declaró AA el 2 de septiembre de 1987.

En Mérida, el estudiante de derecho en la ULA Carlos M. de Biscucuy, recuerda que los domingos compraba el diario El Nacional, y allí traía encartadas las 12 Preguntas de AA. Afirma que se hacía el examen o test que le confirmaba la condición de alcohólico. De esta manera, en la última residencia donde vivió en Mérida, en el trayecto de la casa a la universidad en buseta, estaba un Grupo de AA y, cada vez que pasaba veía el aviso con los días y horas de reuniones, hasta el 12 de febrero de 1987 cuando decidió asistir. Después de escuchar a los que quisieron hablar, le invitaron a que diera unas palabras. Ese día se declaró alcohólico y comenzó a acudir de manera constante y permanente.

Carlos J. en una oportunidad llevó a Carlos M. para que conociera a José C., y le comentó:

“—Para que veas que en AA también hay jóvenes, no son puros viejos”.

La literatura habla de casos de personas agnósticos o ateos, quienes pueden asumir el programa de AA, si aceptan sinceramente que tienen un problema con la bebida, que su vida es ingobernable cuando consumen alcohol, por lo que necesitan ayuda, si tienen la convicción que solos están

derrotados en esta batalla, por lo que deben buscar un Poder Superior que les guíe.

Este fue el caso de José C. quien, su declarado ateísmo, le llevó a no sentirse conforme en las reuniones de AA en Iglesias católicas u otros centros religiosos, aunque reconoce su apoyo. A sus padrinos les planteaba el problema de su escepticismo y le decían:

"—No le preste atención a lo que no le guste, llévese lo que le agrade"

Hasta que un día su padrino Leopoldo le sugirió:

"—¿Por qué no abres un grupo?"

Se formó la idea en su mente y se concretó con el apoyo y la experiencia que había. El compañero Oréstedes, con su empresa de mantenimiento de oficinas, poseía un local en una casa antigua del centro de Acarigua y le cedió una parte del espacio, con entrada independiente, casi la mitad del local de su oficina. Aún se agradece este bondadoso apadrinamiento.

El compañero escéptico, se conformó en un reconocido AA., por las diferentes demostraciones de fe, tanto en apadrinamiento de miembros, pase del mensaje, como en la prestación de servicio, por el vínculo de afinidad derivada de nuestro sufrimiento común. Es decir, con respeto y el amor que cada ser humano merece a medida que se esfuerza por acercarse a la luz desde las tinieblas del alcoholismo y, sin duda, ha encontrado su propio concepto de Poder Superior, y una sólida espiritualidad.



Oréstedes M. en una reunión en los inicios del Grupo "Unidad"

De esta forma se abrió el Grupo "Unidad" el 23 de diciembre de 1987, en la calle 31 entre 26 y 27, donde funciona actualmente "Electrónica Gassan". Estaban allí: José C., Carlos M., Joaquín (que era técnico de montar sonidos a vehículos) y José A. (Algomeda †) "El Indio", extrabajador del Hospital Central de Acarigua-Araure.

Hágalo con Calma



Un compañero que, a pesar del escepticismo religioso, encontró una salida para el alcoholismo en AA.

En sus inicios el Grupo "Unidad" contó con el apoyo de los compañeros del Grupo Santa Elena, quienes asistían a las reuniones y prestaban servicio. El 15 de enero de 1988, se incorporó al "Unidad" Francisco J. (Kiko) quien junto a José conformaron un equipo que sirvió de soporte, por muchos años, al mantenimiento del Grupo y a la comunidad de AA en la zona, simultáneamente formándose en los Tres Legados. En el Grupo Unidad en la actualidad hay 16 como conciencia, 6 principiantes declarados; asisten en total 28 con miembros,

unos antiguos y de otros grupos, que acompañan las reuniones. Entre ellos están los siguientes compañeros (en orden alfabético): Alirio F., Argenis, Branyelis M., Coromoto R., David S., Douglas, Eduardo R., Franklin R., Gregorio S., Gustavo L., Joan S., Jorge B., José Antonio B., José C., Juan S., Luis R., Manuel A., Marcos T., Pedro S., Rafael, Rogelio M., Rubén V., Valmore G., Wilmer D., Yovany S.

A Kiko, después de una carrera alcohólica de más de treinta años, le pasó el mensaje su esposa quien asistía a reuniones de ALANON, como Grupo de Familiares y Amigos de los Alcohólicos, relata que sus padrinos fueron: Oréstedes, Carlos J. y José C.; pero que adicionalmente, para algún problema específico buscó apadrinamiento en otros AA.



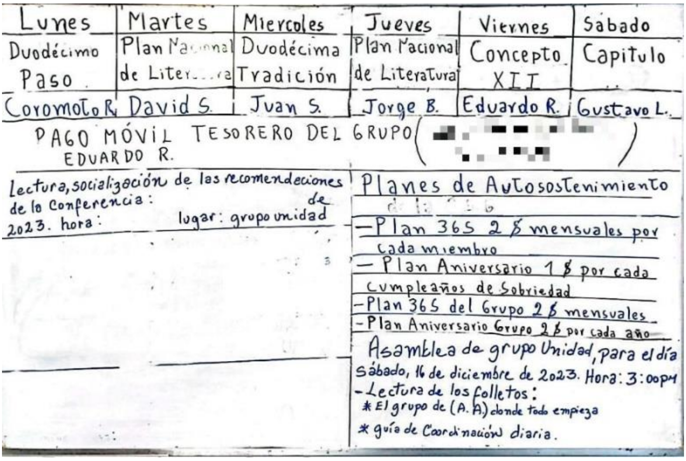
Para marzo de ese mismo año 1988, Ángel E. se declaró como AA quien estuvo dedicado al Grupo “Unidad” los

primeros dos años y años después, en noviembre de 1990, junto al compañero Efrén J., abrió un nuevo Grupo "Araure" de AA en la calle 5 con Av. 26, casa del sr. Ortiz.

Varios miembros de la comunidad empezaron a trabajar en la recuperación del alcoholismo basados en los principios de AA. Buenos servidores todos: Michel, Francisco, Ángel y José C. Michel estaba muy pendiente de las bebidas, del café, el pan dulce con queso y chocolate, "no sé si es algo de Colombia, pero es de muy buen sabor", recuerda José C.

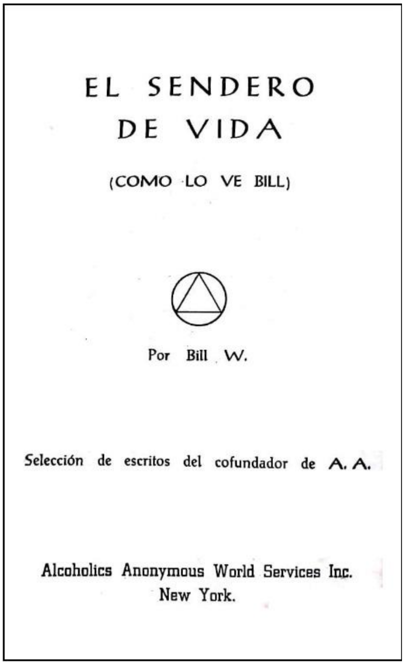
Al Grupo "Unidad" han llegado una gran cantidad de miembros, como Pierre Ch., Armando G., Rafael G., Abundio, Ramón R., Oscar C., Narciso, Coromoto, Juan B., Ovidio A. (Aradia †) quien mantuvo una reunión meridiana por muchos años en el Grupo "Unidad", entre muchos otros.

Las reuniones se realizaban con un servidor que se postulaba entre los asistentes para coordinador, quien tenía autonomía sobre el tema a tratar. Se abría con la Oración de la Serenidad, se leía el enunciado vigente, la reflexión diaria podía o no leerse, aunque generalmente se comentaba. Cuando el coordinador creía conveniente leía la tercera tradición, y al final la séptima tradición. Se cerraba con la misma Oración de la Serenidad. La planificación mensual y semanal de los temas se empezó a realizar años después.



Pizarra de programación semanal de un Grupo AA.

Al estar en la comunidad, muchos miembros continuaron sus estudios. Por ejemplo, un compañero que apenas cursaba la educación media cuando llegó a AA, en ella consiguió culminar el bachillerato, una licenciatura, estudios de postgrado hasta el doctorado y posdoctorado, también fue reconocido profesionalmente con dos premios nacionales. Su padre, también alcohólico, le pasó el mensaje al recomendarle que leyera el libro “Sendero de vida” de Bill W. que fue la primera traducción del texto “Como lo ve Bill”, luego éste le pasó el mensaje a su hermano, también con problemas de doble adicción. Aunque es muy posible que ninguno de los dos estuviese con vida en la actualidad, sí lo están gracias a AA y tienen varias veinticuatro horas sin beber con una existencia diferente.



EL SENDERO
DE VIDA

(COMO LO VE BILL)

Por Bill W.

Selección de escritos del cofundador de A. A.

Alcoholics Anonymous World Services Inc.
New York.

Libro "Sendero de Vida", como se denominó la primera edición en español de "Como lo ve Bill".

Algunos miembros en actividad con la bebida llegaron a tener alucinosis alcohólica, uno veía "duendes" o "gnomos" que le perseguían. Otro, al pararse frente al espejo, vio un cuerpo humano con cabeza de animal con encornaduras. Otros sufrieron enfermedades producto del consumo alcohólico, como cirrosis hepática, pérdida de la vista y, después de años en el programa recuperaron parte de la salud. De igual forma ha ocurrido con negocios y trabajos, después de recuperar el sano juicio, por lo general se puede avanzar en otros campos de la vida.

Un miembro de profesión panadero, llegó a la comunidad con problemas familiares y económicos, como la mayoría, alcanzó solventarlos y logró formar una de las empresas pasteleras más respetable en Acarigua. En agradecimiento de AA se ha convertido en un buen servidor. Realizó una labor altruista recogiendo alcohólicos en situación de calle, a quienes llevaba a una casa y les brindaba condiciones de refugio y alimentación. Una vez desintoxicados les pasaba el mensaje de AA en los grupos.

Otro compañero de la misma profesión de panadero, Gaspar, hijo de extranjero, fue un padrino apreciado por muchos a los que prestó servicio, quienes aún le recuerdan con aprecio, aunque llegó al Grupo "Araure" buscando información para un trabajo de investigación de un hijo, hizo vida en el "Unidad".



El compañero Gaspar Romano (†)

También llegaron muchas personas que permanecen sin beber, otros prestaron servicio y formaron nuevos grupos como Daniel, Lidia, José Lorenzo J. y Rafael G., quienes años después fundan un nuevo Grupo Central que, en la actualidad, cuenta con 6 miembros como conciencia y una amiga de AA.

En el Grupo Central que funciona detrás de la iglesia Sagrado Corazón de Jesús de Acarigua, sus miembros activos son (ordenados alfabéticamente): Carla E., Francisco V., Jahir A., Marco V., Vicente C., Miguel K., Nadolis. La Sra. Yelitza Perozo es amiga y colaboradora de AA en esa comunidad.

El Grupo "Araure" se formó de las circunstancias que se conjugaron, entre una discusión entre compañeros, aunado a que uno de ellos se residenció en Araure por unión marital; y asumieron el reto, se buscaron una cafetera, un local y empezaron a reunirse. Informó Efrén J. que tenían ya algún tiempo y solamente estaban en las reuniones Ángel y él. Nadie llegaba. Empezaron las inquietudes:

"—Cónchale, como que vamos a tener que cerrar…"

En ese momento llegó un miembro de la comunidad de los grupos de Clarines en Oriente, camionero, quien había estado preso por un accidente y no sabía dónde estaba, ni tenía dinero, nada. Comentó que, si no hubiese encontrado un grupo, se fuese ido a tomar, le apoyaron en lo que pudieron y les brindó la fortaleza de seguir. Nunca se supo más de este alcohólico. Al poco tiempo llegó, en 1992, Guillermo R. (Rey †) y Hernando A., quienes se declararon como alcohólicos. En 1993, se hacen parte de la comunidad dos servidores uno

médico de profesión y otro mecánico, Jesús B. y Édgar C. (Carvajalino †) quienes, junto a Guillermo R., prestaron servicio en el Grupo "Araure", así como diferentes miembros como Giovanni M. Años después se incorporaron servidores como César D., Roberto Z., Santiago o Medardo, Luis H., entre muchos otros. Entre la presencia femenina estuvo, por muchos años, la compañera Petra, a quien cariñosamente se le decía Petrica.



Edgar C., excelente servidor del Grupo Araure (†).

Guillermo fue comerciante sin mayores problemas económicos. Conoció la bebida en Barranquilla tomando "Cuba Libre", su consumo alcohólico fue aumentando

progresivamente. Bebió por cuarenta años y al llegar a la comunidad permaneció treinta sobrio, como servidor del Grupo “Araure”, le pasaron el mensaje unos compañeros que le visitaron en su negocio de venta de cauchos.



Guillermo R. (†), uno de los servidores por muchos años del Grupo Araure, presente en un evento AA en Quito.

A un miembro, Juez profesional de beisbol y fútbol, le pasó el mensaje un vendedor ambulante de maní y dulces. El vendedor en su trabajo frecuentaba el local donde el juez consumía alcohol. El padrino ya no vive y el juez permanece

sin tomar desde hace varios años y fue servidor en el grupo Araure.

Otro miembro de este grupo, médico de profesión, señala que en la facultad nunca le informaron que el alcoholismo era una enfermedad. Encontró solución al problema de la bebida en AA. Se divorció alegando complicaciones maritales, sin embargo, se encontró igualmente ebrio y sin esposa. Al aceptar su problema con la bebida, al poco tiempo volvió a casarse con la misma persona que se divorció. Es un servidor de confianza de la comunidad desde hace años, primero en el Grupo Araure y luego en el "Solo por hoy". Los miembros de este grupo son: Cástulo J., Jesús V., Luis R., Ramón R.

La comunidad de AA no respalda ni apoya ninguna causa, ni tiene opiniones científicas, presta apoyo y colaboración con los profesionales que asuman este compromiso, por ejemplo, Lianna Rodríguez y María Varona, para su egreso como licenciadas en psicología de la Universidad de Yacambú, estudiaron problemas de Alcoholismo. Rodríguez la "Visión de la espiritualidad en el proceso de recuperación del Alcohólico Anónimo" y, la segunda, "Funcionalidad familiar y calidad de vida en alcohólicos". Por su parte, Jiménez realizó una investigación para la Maestría en Ciencias Jurídicas y Militares titulada "Responsabilidad penal del ebrio provocador según lo previsto en el numeral 2 del artículo 64 del Código Penal Venezolano".

Los Grupos "Unidad" y "Araure", son los que más permanencia en el tiempo han tenido y dónde han llegado gran

cantidad de compañeros y desde dónde se han formado otros grupos. El Grupo Araure cerró en diciembre de 2018, ni siquiera se permitió sacar el material del Grupo y los registros de reuniones. Se conjugaron razones que implicaban asuntos ajenos a AA y es una mezcla peligrosa los bienes, el dinero, poder y prestigio en la mente de los alcohólicos, como enseña la literatura. Los conceptos, en sus garantías, afirman que AA no es punitiva, entendiendo que serán los mismos involucrados quienes realicen sus inventarios y reparaciones.

Por la circunstancia antes mencionada, se formó el Grupo Solo por Hoy, en Araure, el 11 de marzo del 2019, con los compañeros Luis H., Héctor S., Giovanni M., Roberto Z., Guillermo R., Ramón R. y Jesús B., junto a la compañera Judith L., del área Táchira. En este grupo, actualmente asisten 5 como conciencia, dos principiantes y van regularmente 11 AA.

Se consolidan otros grupos en Portuguesa

En la última década del siglo XX, hubo inquietud de expansión de los Grupos de AA. Los compañeros con vehículos, prestaban su servicio junto a otros miembros de la comunidad, en diversos lugares a los que acudíamos con el mensaje de esperanza de AA. Muchas veces junto a Guillermo R., Carlos J., Hernando A., Armando G., Oscar C., se visitaron diferentes lugares, en reunión de información al público.

En ellas es importante los avisos de prensa y radio que invitan a quienes tengan problemas con la bebida a asistir a los grupos de AA. De esta forma llegó Carlos M. a los grupos en Mérida, por una información en la prensa nacional con las 12 preguntas sobre el alcoholismo; asimismo Armando G. y Luis H., ubicaron la dirección de los Grupos en un diario local, entre otros compañeros. Efrén J. escuchaba programas de radio

donde se invitaba a quien tuviese problemas con la bebida a asistir a reuniones de AA.

En este contexto, se visitaron las poblaciones de: Guanare, Guanarito, San Rafael, Agua Blanca, Ospino, Biscucuy, Píritu y Turén. En Píritu hubo un AA. que volvió de El Vigía y organizó reuniones en la Casa Parroquial, los días miércoles, en compañía de otros miembros de la comunidad que apoyamos. En Turén también se hicieron reuniones de información al público en la iglesia de esta ciudad, por los años '90 y, posteriormente, José Lorenzo J., José C., Marcos V., Rafael G., quienes también asistieron las poblaciones de Agua Blanca y en Río Acarigua.

En Guanare, donde se residenció el compañero Efrén J., hubo reuniones y se inició un grupo que estuvo inactivo y reinició como Grupo Unidad desde el 27 de diciembre de 2022, con Alfredo y Orangel como servidores, con un total de seis miembros declarados.



En San Rafael de Onoto, en 2000-2001, hubo un Grupo de AA. con los compañeros Catalino e Iván, donde llegaron algunos miembros que permanecen sobrios y en la comunidad, aunque el grupo no funciona. En Agua Blanca también hubo reuniones en la Casa Parroquial. En Biscucuy, Tirso L. (Linares †), en compañía de Javier y Alfredo, trabajó activamente en la comunidad y establecieron un Grupo, con cerca de 20 AA declarados, aunque estuvo inactivo, recientemente volvió a abrir sus puertas, con el servicio del compañero Javier, mientras Alfredo, residenciado en Guanare, atiende el Grupo Unidad de esa ciudad.

Se acompañó a Armando G. por dos años consecutivos en San Carlos, entre 1998-2000, todas las semanas nos reuníamos en un local de la Iglesia Santo Domingo, por contar con el apoyo de Monseñor Arellano Durán. Siete años después Marcos C., quien llegó a la comunidad en San Rafael, trabajó con un Grupo en esta misma ciudad, con apoyo de la comunidad. De estas experiencias, se formó un Grupo en Apartadero, con dos miembros declarados: Luis y Arquímedes M. (Mireles †), grupo inactivo en la actualidad.

En estas actividades se invirtió muchas horas de traslado, en grata compañía donde don Carlos J. quien iniciaba el viaje con una Oración, encomendándose al Poder Superior, para ir y retornar con bien y cumplir los propósitos que se tenían. Todo el viaje era una reunión, tema y terapia de cada uno de los que andábamos. Cuando algún miembro de la comunidad

era poco expresivo, eran constantes las palabras de don Carlos J., apadrinando:

"—Haga su terapia, hable, así sea su nombre, diga lo que le preocupa o inquieta…"

En la zona de Ospino, hubo un trabajo importante donde se dio a conocer la comunidad de AA, desde la década de 1990, donde se declararon algunos compañeros. Dos décadas después se incorporaron, otros miembros conocidos por su forma de beber, como José Lorenzo J., quien repartió literatura, al tiempo que se logró un viaje desde Ospino a Acarigua, al Grupo Despertar (hoy cerrado), en enero de 2011, con: Raúl P., José C., Pablo A., Virgilio P., apadrinados por Rafael G. y José Lorenzo J. Después viajaron a la Trinidad e hicieron una reunión de AA con quienes fueron al Grupo Despertar, de esta forma se inició AA en ese lugar el 11 de enero de 2011.

El apadrinamiento fue permanente en los inicios del grupo, se eligió como primer RSG a Virgilio P., al tiempo que se compartió materiales AA. Cada semana aumentaba la asistencia al grupo, y se declararon: Gabriel, Argenis, Marcelino, Nelson y Luis, de ellos se tiene noticias ha recaído solo uno; otros eran asiduos visitantes, hasta que llegó una familia completa de Ospino, quienes decidieron fundar otro grupo allí, el cual se concretó con: Cennis (RSG) y su hermano, Olismar V., Yury V., Luis J., Leo, Nelson Enrique J., Julio J. (Jiménez †), posteriormente se incorporaron otros

compañeros. Asimismo, se organizó Grupos de AA en los caseríos Morador y Tierra Buena del municipio Guanare; en la Vega de Ospino y otro Grupo en La Aparición de Ospino.

Lamentablemente, este ímpetu decayó, por diversos factores, los cuales deben ser estudiados para poder consolidar un buen pase de mensaje y la estabilidad de los grupos de AA.

Conformada la estructura de AA en Venezuela, así como en las ciudades de Acarigua y Araure, se iniciaron diversas experiencias con grupos, las cuales vamos a exponer, en síntesis.

Los Grupos institucionales han funcionado en Portuguesa desde los inicios de la comunidad. Fe y Alegría, Santa Elena, fueron de este tipo de grupo. Carlos J. mantuvo por muchos años abiertas las puertas del Grupo en la Iglesia de la Gajira, de una parte, y en la Sede del Ministerio de Sanidad, por otro lado, ambos en Acarigua, este grupo volvió a abrir con servidores del Grupo "Unidad", quienes han asumido la responsabilidad.

El Comité de Área Portuguesa, mantuvo un trabajo estable y consecutivo desde 1990, hasta cerca de la segunda década del siglo XXI, cuando producto de diversas controversias, no volvió a elegirse y se reactivó en 2023, por iniciativa de exdelegados a la Conferencia.

La mesa de servicio quedó integrada por: Miguel K. como Coordinador del comité de área; José C. como Secretario; Jesús B. como Tesorero; Joan S. como Coordinador de Información al Público y Gustavo L. como Coordinador de Eventos.

En el informe a la Conferencia de 2015, el Delegado de Portuguesa, reportó los siguientes Grupos:

Grupo	Fecha de fundación	Primeros miembros	Observaciones
Unidad	23 de dic de 1987	José C., Carlos M., Joaquín, Michel, Carlos J. y José A.	Antes del mes se incorporó Francisco J., como servidor por muchos años.
Araure	Nov. de 1990	Ángel E., Efrén J.	Entre 1992 y 1993 se incorporaron al servicio: Guillermo R., Jesús B., Edgar C. Grupo cerrado.
Biscucuy	1993	Tirso L., Javier, Alfredo.	Grupo recientemente reabierto.
Despertar	2009	Marcos V.	Ubicado en la calle 30 entre Av. 28 y 29. Prestaron servicio: William, Eduardo R. entre otros. El Grupo está inactivo. Marcos V. está en el Grupo “Central”.
La Trinidad (Ospino)	13 de ene. de 2011	José Lorenzo J., Virgilio P.	Grupo inactivo.
Central	Julio 2011	Daniel, Lidia, José Lorenzo J. y Rafael G.	Se reúne en la Fundación Mendoza de Acarigua
Nueva Vida	2013	Rafael G. José Lorenzo J.	Acarigua, Av. 29 entre calles 37 y 38. Grupo inactivo.
La Esperanza	2015	Rogelio M., José H.	Av. 36 vía a Payara, con tres miembros. Inactivo
Campo Lindo	2015	Francisco J., Carlos R.	Grupo inactivo.
Grupo Unidad (Guanare)	27 de dic. de 2022	Alfredo y Orangel	Reabierto con seis compañeros. Se reúne los martes a las 5pm. En la Iglesia San José Obrero, calle 12.

Fuente: Informe de José Lorenzo J., Delegado a la Conferencia Nacional de AA, 2015. Datos actualizados.

COMPAÑERAS AA

Para las mujeres, muchas veces es difícil admitir y aceptar un problema con el alcohol. La bebida se torna como la solución de complicaciones en diferentes ocasiones, porque aparentemente hace tolerable la existencia. Sin embargo, al analizar nuestra vida con honestidad, se encuentra que los problemas en el hogar, comunidad, trabajo o con la salud, ocurren cuando se toma o se agravan con la ingesta alcohólica.

La primera mujer que llegó al Unidad fue Xiomara C. (Cruz †, su verdadero nombre era Fanny), de Acarigua, conversaron con ella y asumió su problema con la enfermedad, entendió el planteamiento del mensaje, permaneció sin beber hasta su partida en 2023. Junto a ella estuvo otra alcohólica que no logró asumir el programa.



Compañera Xiomara (†) pionera de AA.

Se recuerda también a Ana, de Sarare; con quien compartimos muchas veces en la reunión de madrugadores del "Unidad" los sábados a las 7:00 de la mañana, donde era constante don Carlos J.; Ana no sabía leer y, recuerdo, en una oportunidad que llegó con una expresión de alegría inmensa porque había conseguido los 12 Pasos en audios de cassettes.



Anita (†) de Sarare, c. 1992.

Lidia, es otra AA con experiencia que ha prestado diferentes servicios a la comunidad. Dora M. también fue servidora (RSG) del Grupo Unidad. En el Grupo Central hacen vida Yesenia R., Carla y Nadolis. Actualmente en el Grupo Unidad, son parte de la comunidad Branyelis M., Dora y Yanet. En Biscucuy hay una y dos en Ospino.

Abundio y María L. son hermanos que llegaron jóvenes a la comunidad, el con 19 y ella con 20 años, hicieron vida en los principios de AA. Lamentablemente ella falleció en un accidente automovilístico, Abundio aun permanece sobrio en la comunidad.



María L. (†)

Una compañera, hija de padres que bebían mucho, afirma que sentía que desde niña no encajaba ni en su propia familia, con muchos problemas se convirtió en joven rebelde, enamorada quedó embarazada de su primera hija, sin cambiar la situación. Empezó a tomar a los 18 años, sin embargo, no recuerda sus borracheras, pero sí las terribles resacas que, como mínimo, duraban tres días. Empezó a tomar todos los fines de semana, quitando dinero del negocio donde trabajaba. De esta manera, transcurrieron dieciocho años de angustias, peleas, humillaciones, malos tratos, decepciones, temores, frustraciones. Llegó a pensar, incluso, en terminar con su vida. En su última borrachera, amaneció con el cuerpo adolorido,

con moretones, y con mucho temor… Entonces asumió que no podía más, que era necesario buscar ayuda.

Llegó a AA, aunque en muchas oportunidades pasó por frente de un grupo, copiaba el horario de reuniones, nunca asistía. Pero, en ese momento, pasó la puerta y llegó a una nueva dimensión de la existencia, con los Tres Legados, iniciando con los Pasos de la Recuperación personal y el Plan de las 24 Horas, que les fueron de utilidad inmediata, hasta hoy día. En un día de las Madres, su hija le escribió sentirse feliz, porque su madre se veía sonreír plena de alegría.

lo Primero. Primero.



Uno de los pioneros de AA en Portuguesa,
Carlos J. (†) en Terapia

AA JÓVENES Y PERSONAS DE EDAD AVANZADA

El alcoholismo como enfermedad no discrimina sexo, condición social o profesión. Todos los seres humanos que consuman alcohol están propenso a esta enfermedad, en mayor o menor proporción. Existen personas que afirman "soy muy joven" o "ya estoy muy viejo" para empezar en este programa. Nunca se es demasiado joven o viejo para una vida mejor.

Existe una afirmación en la comunidad que cada quien llega a AA cuando le corresponde. En sus inicios eran personas de avanzada edad las que asistían a la comunidad después de haber tocado fondo tenebroso. En nuestra área Portuguesa, por ejemplo, en sus inicios los jóvenes habían pasado los treinta años. Estos límites han disminuido considerablemente. Compañeros como Abundio L., su hermana María L. y Efrén

J., se incorporaron a la comunidad con edades entre 18 y 20 años, y nunca han vuelto al consumo alcohólico por más de tres décadas.



Compañero Efrén J. llegó de 19 años a la comunidad de AA.

Otros han llegado veinteañeros y también han permanecido en la comunidad. En otra situación, personas con avanzada edad, quienes no habían encontrado solución a los problemas cada vez más graves con el alcohol, han encontrado una vida feliz, alegre y productiva en AA. De esta forma nos acompañaron por muchos años hasta que emprendieron su viaje a la eternidad, por ejemplo, Carlos J. y Oréstedes, quienes fueron miembros por décadas, con empeño de trasmitir el mensaje de esperanza de AA.



Efrén J. aun permanece sobrio gracias a AA.
(foto Rosa Mujica)

Asimismo, se han incorporado miembros como Coromoto, Henry Z., entre muchos otros, al igual que jóvenes como Marcos T. En todo caso, nunca se es demasiado joven o demasiado viejo para entrar a AA y poder disfrutar de una nueva perspectiva de vida.



Abundio L., uno de los jóvenes pioneros en Portuguesa.


Dios, concédeme la
Serenidad
para aceptar las cosas
que no puedo cambiar...
el Valor para cambiar
las cosas que puedo, y la
Sabiduría para
reconocer la diferencia...

ACTIVIDADES DE AA

La participación en eventos es esencial, porque permite compartir experiencias, fortalezas y esperanzas al conocer cómo otras personas, con problemas similares han logrado superarlos, en el contexto de los tres Legados. En este sentido, desde los inicios de los pioneros se ha trabajado para la organización y asistencia a seminarios, talleres, congresos, convenciones.

Sugiere Francisco J. que, para el enfermo alcohólico, conforman una experiencia de extraordinario valor que, según la metáfora que utilizaba don Carlos J., es similar al enfermo grave que se salva en la Unidad de Cuidados Intensivos (UCI) de un centro de salud. Guillermo R., Francisco J., José C., entre muchos otros miembros de la comunidad eran asiduos promotores y participantes de los eventos de AA.

En Portuguesa, se ha trabajado y organizado para asistir a actividades de este tipo permanentemente, a nivel nacional e internacional, así como a la Convención Internacional de AA.



Convención Nacional en Barquisimeto, 1995.

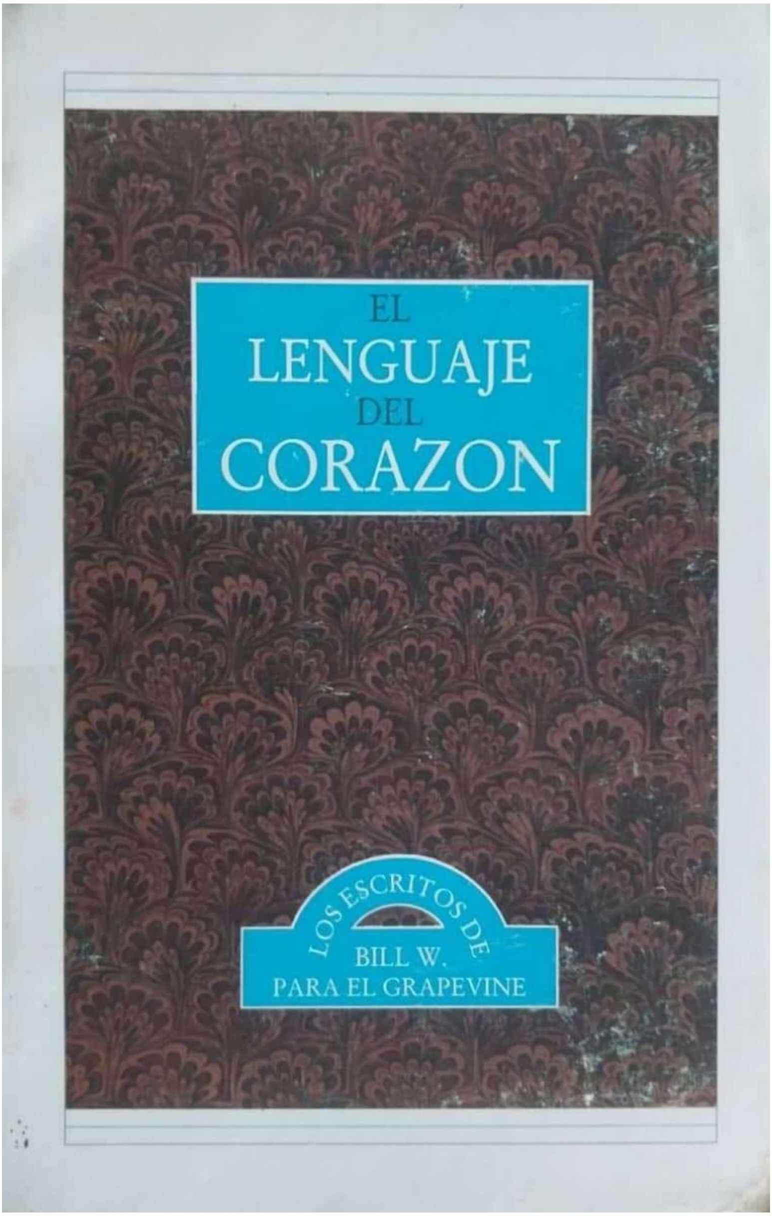
Muchos fuimos recibidos y atendidos en el Seminario que se realizaba anualmente en el área Portuguesa, entre febrero y marzo. Asimismo, asistimos a seminarios de formación de liderazgo, de práctica de los Pasos, sobre las Tradiciones y los Conceptos. Era una constante formación la que permitió consolidar espacios de raigambre y pertinencia, tanto a nivel personal, como en la unidad con las Tradiciones y el Servicio.



Un compañero AA y dos compañeras de ALANON

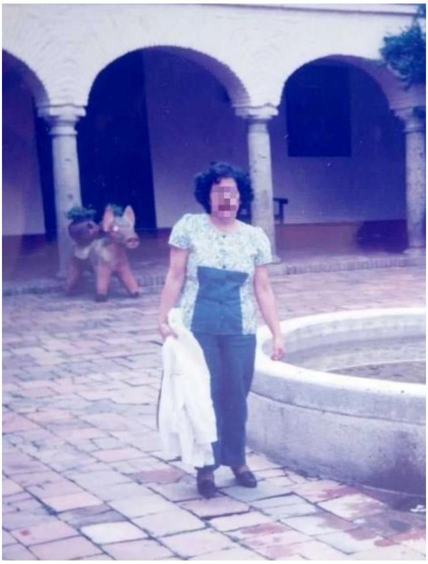
Una actividad de importancia es la Conferencia de Servicios Generales de AA, la cual debe servir de guardián de los Servicios tanto mundiales como nacionales, así como de los Doce Pasos y las Doce Tradiciones. Como lo indica la literatura es una colectividad de servicio, no un gobierno. A ella asisten los Delegados a la Conferencia. La función de la Conferencia es realizar la planificación anual de las actividades: Seminarios, talleres, Convención Nacional y otros eventos, asimismo se encarga de elaborar el presupuesto anual de AA.

En Portuguesa, han prestado este servicio como Delegados: José C., Francisco J., Guillermo R., Pierre Ch., Efrén J., Gaspar R., Lidia, Daniel R., Rafael G., Rafael C., José Lorenzo J., Marcos V.


EL
LENGUAJE
DEL
CORAZON
LOS ESCRITOS DE
BILL W.
PARA EL GRAPEVINE

GRUPOS CON BASE EN LOS 12 PASOS DE AA

Junto a AA surgió el Grupo de Familiares y Amigos de los Alcohólicos (ALANON), por ser personas a quienes el alcohólico afecta directamente con su enfermedad. Algunas personas afirman que en el mundo existen más de 150 programas basados en los 12 Pasos de AA. Genéricamente les dicen docepaseros. En Portuguesa, ALANON surgió en tiempo simultáneo a AA. e incluso, muchos de los miembros AA les llegó el mensaje a través de los ALANON, como Francisco J. y José Lorenzo J., entre otros. De igual manera ocurre con los grupos Alateen, comunidad integrada por jóvenes adolescentes, entre 12 y 18 años aproximadamente, cuyas vidas han sido afectadas por el beber de otra persona alcohólica.



Una compañera de ALANON en Santa Marta, Colombia.

Compañeros con doble adicción han podido asimilar el programa y, a su vez, conformar otros grupos para la adicción doble. Recuerdo que, a mediados de los noventa Carlos J., y otros miembros de AA empezaron un grupo de Comedores Compulsivos Anónimos en Acarigua. Años después Pedro R., inició el grupo de Narcóticos Anónimos. Asimismo, desde hace algunos años funciona el Grupo de Neuróticos Anónimos. Estos programas de apoyo tienen miembros declarados en Portuguesa, los cuales pueden apadrinar procesos de sanación, para una vida alegre, feliz y libre.



Grupos de ALANON y Alateen, paralelos a AA.

Asimismo, hemos encontrado en otros lugares grupos de: Jugadores Anónimos, Adictos Sexuales Anónimos, Hijos Adultos de Alcohólicos, Codependientes Anónimos, Mujeres que Aman Demasiado Anónimas; en San Carlos, recuerdo que una dama, abogado de profesión, me comentó que después de un traumático divorcio con quien había compartido su vida por muchos años, asistió a un grupo de este tipo en San Cristóbal.



Esperamos que, estos Apuntes a la Historia de AA en el estado Portuguesa, sea el inicio de un trabajo más amplio que permita, con los datos existentes, escribir una versión que pueda abordar cada grupo, así como los interesantes historiales que se encuentran en la experiencia de AA en este Estado.

FUENTES

AA. "Llegada del Mensaje a Venezuela", Revista Gratitud, Nº 2.

AA. Alcohólicos Anónimos (libro azul o libro grande).

AA. Área Portuguesa. XXX Aniversario de Nuestra Estructura en Venezuela, 2008.

AA. Muchas sendas hacia la espiritualidad.

AA. Mujeres hispanas en A.A.

AA. Viviendo sobrio.

Alfredo, "Los Grupos de AA en Biscucuy", conversación el 19 de diciembre de 2023.

Ángel E. "El Grupo Araure", conversación por WhatsApp con Armando G., 12 de diciembre de 2023.

Carlos M. "Llegue a AA cuando estudiaba en la ULA", conversación por WhatsApp con José Lorenzo J., 4 de marzo de 2023.

Efrén J. "Ángel y yo iniciamos el Grupo Araure", conversaciones con Armando G., 3 de diciembre de 2023; 1º de marzo de 2024.

Francisco J. "No podía con la bebida y pedía ayuda", conversación por WhatsApp con Armando G., 17 de diciembre de 2023.

Guillermo R. (Rey †) "No me llamaba la atención el alcohol ni el cigarro, hasta que empecé a tomar", conversación con Armando G. y Jesús B., 29 de septiembre de 2023.

Jiménez, J. *Responsabilidad penal del ebrio provocador según lo previsto en el numeral 2 del artículo 64 del Código Penal Venezolano*. Trabajo de Maestría en Ciencias Jurídicas y Militares, Universidad Nacional Politécnica de las Fuerzas Armadas, 2014.

José C. "El Grupo Unidad de Acarigua", conversación con Armando G., José Lorenzo J. y Miguel K., 20 de marzo de 2023-2024.

José Lorenzo J. "Conversaciones diversas" con Armando G. 2023.

José Lorenzo J. "Informe del Delegado del Área Portuguesa a la Conferencia Nacional de AA", 2015.

Rodríguez, Lianna. *Visión de la espiritualidad en el proceso de recuperación del Alcohólico Anónimo*. Araure: Universidad Yacambú, trabajo con tutoría de: Carmen Dubraska Blanco para egreso como licenciada en psicología, 2017.

Varona, María. *Funcionalidad familiar y calidad de vida en alcohólicos*. Araure, Universidad Yacambú, trabajo con tutoría de:

Samuel D' Armas, para egreso como licenciada en psicología, 2018.



Reunión de 31 aniversario de un compañero de AA, el 10 de abril de 2024.

DOCE PREGUNTAS QUE SOLAMENTE UD. PUEDE CONTESTAR

1. ¿Ha tratado alguna vez de no beber por una semana o más, sin cumplir el plazo?
2. ¿Le molestan los consejos de otras personas que han tratado de convencerlo de que deje de beber?
3. ¿Ha tratado alguna vez de controlarse, cambiando de una clase de bebida a otra?
4. ¿Ha bebido alguna vez por la mañana durante el último año?
5. ¿Envidia las personas que pueden beber sin que esto le ocasiones dificultades?
6. ¿Ha empeorado progresivamente su problema con la bebida durante el último año?
7. ¿Su modalidad de beber ha ocasionado problemas en su hogar?

8. ¿En reuniones sociales, donde la bebida es controlada, trata de conseguir tragos extras?
9. ¿A pesar de ser evidente que no puede controlarse, ha continuado usted afirmando que puede dejar de beber por si solo cuando quiera hacerlo?
10. ¿Ha fallado a su trabajo durante el último año a causa de la bebida?
11. ¿Ha tenido alguna vez lagunas mentales producidas por el alcohol?
12. ¿Ha pensado alguna vez que podría tener más éxito en la vida si no bebiera?

¿Contestó sí a cuatro o más de estas preguntas? Si es así, es probable que tenga un serio problema alcohólico o que lo tenga en un futuro cercano.

DOCE PASOS

1. Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables.
2. Llegamos a creer que un Poder superior a nosotros mismos podría devolvernos el sano juicio.
3. Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, como nosotros lo concebimos.
4. Sin miedo hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.
5. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos, y ante otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestros defectos.
6. Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de todos estos defectos de carácter.
7. Humildemente le pedimos que nos liberase de nuestros defectos.

8. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos.
9. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otros.
10. Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente.
11. Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios, como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla.
12. Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar este mensaje a otros alcohólicos y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.

DOCE TRADICIONES

1. Nuestro bienestar común debe tener la preferencia; la recuperación personal depende de la unidad de A.A.
2. Para el propósito de nuestro grupo solo existe una autoridad fundamental: un Dios amoroso tal como se exprese en la conciencia de nuestro grupo. Nuestros líderes no son sino servidores de confianza; no gobiernan.
3. El único requisito para ser miembro de A.A. es querer dejar de beber.
4. Cada grupo debe ser autónomo, excepto en asuntos que afecten a otros grupos o a Alcohólicos Anónimos considerado como un todo.
5. Cada grupo tiene un solo objetivo primordial: llevar el mensaje al alcohólico que aún está sufriendo.
6. Un grupo de A.A. nunca debe respaldar, financiar o prestar el nombre de A.A. a ninguna entidad allegada o empresa ajena,

para evitar que los problemas de dinero, propiedad y prestigio nos desvíen de nuestro objetivo primordial.

7. Cada grupo de A.A. debe mantenerse completamente a sí mismo, negándose a recibir contribuciones de afuera.

8. Alcohólicos Anónimos nunca tendrá carácter profesional, pero nuestros centros de servicio pueden emplear trabajadores especiales.

9. A.A. como tal nunca debe ser organizada; pero podemos crear juntas o comités de servicio que sean directamente responsables ante aquellos a quienes sirven.

10. Alcohólicos Anónimos no tiene opinión acerca de asuntos ajenos a sus actividades; por consiguiente, su nombre nunca debe mezclarse en polémicas públicas.

11. Nuestra política de relaciones públicas se basa más bien en la atracción que en la promoción; necesitamos mantener siempre el anonimato personal ante la prensa, la radio y el cine.

12. El anonimato es la base espiritual de todas nuestras Tradiciones, recordándonos siempre anteponer los principios a las personalidades.

.

USAR EL PLAN DE 24 HORAS

En nuestros días de bebedores, pasamos tan malos ratos tan a menudo que juramos no hacerlo “nunca más”. Hicimos promesas solemnes de no beber durante un año, o prometimos a alguien que íbamos a pasar tres semanas o tres meses sin tocar el alcohol. Y, naturalmente, tratamos de abstenernos de beber durante varios períodos de tiempo. Éramos totalmente sinceros al hacer estas promesas rechinando los dientes De todo corazón, no queríamos volver a beber nunca más. Estábamos decididos. Juramos dejar de beber, con intención de mantenernos alejados del alcohol por un tiempo indefinido. No obstante, a pesar de nuestras buenas intenciones, siempre teníamos los mismos resultados casi inevitables. Y con el tiempo se iban desvaneciendo los recuerdos de las promesas

solemnes y de los sufrimientos que nos habían conducido a hacerlas. Volvimos a beber, y acabamos con más problemas. Nuestro "para siempre" había durado muy poco. Algunos de los que habíamos hecho tales promesas teníamos nuestras reservas personales: Nos dijimos a nosotros mismos que la promesa de no beber sólo se aplicaba a las bebidas fuertes, no al vino ni a la cerveza. De esa manera, si acaso no lo supiéramos ya, nos dimos cuenta de que podíamos emborracharnos con el vino y la cerveza también. Simplemente teníamos que beber más para que nos produjeran los mismos efectos que los licores destilados. Acabamos tan borrachos con la cerveza y el vino como lo habíamos estado con las bebidas fuertes. Y otros logramos dejar de beber completamente y cumplimos con lo que habíamos prometido exactamente como lo habíamos jurado, hasta cumplir el tiempo fijado. Y luego pusimos fin a la sequía y volvimos a beber y muy pronto nos encontramos otra vez metidos en problemas y con una carga adicional de nuevos remordimientos y culpabilidad. Habiendo pasado ya estas luchas, en A.A. tratamos de evitar expresiones tales como "régimen seco" o "juramentos de abstinencia". Nos hacen pensar en nuestros fracasos. Aunque nos damos cuenta de que el alcoholismo es una afección crónica e irreversible, hemos aprendido por experiencia a no hacer promesas de sobriedad a largo plazo. Nos parece más realista, y más práctico, decir "No voy a tomarme un trago hoy". Incluso si bebimos ayer, podemos planear no beber hoy. Puede ser que bebamos mañana —quién sabe si entonces estaremos vivos— pero

decidimos no beber durante estas venticuatro horas. Sea cual sea la tentación o incitación, nos resolvemos a hacer todo lo necesario para evitar beber hoy. Con razón nuestros amigos y familiares están cansados de oírnos prometer: "Esta vez lo digo en serio", sólo para vernos regresar borrachos a casa. Por eso no les prometemos a ellos, ni incluso entre nosotros, que no vamos a beber más. Cada uno de nosotros se lo promete a sí mismo. Después de todo, lo que está en juego es nuestra propia salud y nuestra propia vida. Nos corresponde a nosotros, no a nuestros familiares o amigos, tomar las medidas necesarias para mantenernos en buena salud. Si sentimos un deseo muy apremiante de beber, dividimos las 24 horas en partes más pequeñas. Decidimos no beber durante una hora, digamos. Podemos soportar la molestia temporal de estar sin beber una hora más; y luego otra más y así sucesivamente. Muchos de nosotros empezamos a recuperarnos exactamente así. De hecho, cada recuperación del alcoholismo empieza con una hora de sobriedad. Una versión de esto es simplemente posponer el (próximo) trago. (¿Y cómo va eso? ¿Todavía sigues bebiendo tu gaseosa? ¿Has pospuesto aquel trago que mencionamos en la página 1? Si es así, éste puede ser el comienzo de tu recuperación.

El próximo trago lo podemos tomar un poco más tarde. Pero ahora lo posponemos. No lo vamos a tomar hoy o en este momento. (No hasta terminar esta página, digamos.) El plan de veinticuatro horas es muy flexible. Podemos volver a empezar en cualquier momento, dondequiera que estemos. En

casa, en el trabajo, en un bar o en un hospital, a las cuatro de la tarde o a las tres de la mañana, podemos decidir allí mismo no tomarnos un trago en las próximas veinticuatro horas, o cinco minutos. Con este plan, constantemente renovado, evitamos las desventajas de métodos tales como el régimen seco o el juramento solemne de abstinencia. Un período de régimen seco o un juramento llegan a su fin, según lo habíamos previsto, así que nos sentíamos libres de volver a beber. Pero hoy siempre está presente. La vida es diaria; todo lo que tenemos es el día de hoy; y cualquiera puede pasar un día sin beber. Primero, tratamos de vivir en el momento presente para poder mantenernos sobrios. Y esto funciona. Una vez que esta idea se convierte en parte integrante de nuestra forma de pensar, nos damos cuenta de que vivir la vida dividida en trozos de 24 horas es una manera eficaz y satisfactoria de enfrentarnos con otros muchos asuntos.

Viviendo sobrio, págs. 5-7.

ACERCA DEL LIBRO

El propósito de este texto es dejar constancia de lo actuado hasta ahora para poder abordar los retos que se abren a la comunidad de alcohólicos en acción que conforma AA. Dejar abiertos caminos de esperanza, de libertad, de alegría a quienes, como nosotros, padecen de una enfermedad que afecta el cuerpo y la mente de quien la padece, pero que, al igual que muchas otras enfermedades incurables puede detenerse, siguiendo un sencillo juego de herramientas espirituales. Estas son notas iniciales sobre las cuales aún queda mucho por profundizar sobre la historia de AA en Portuguesa. Invitamos a todas aquellas personas que cuenten y expresen sus experiencias y dejen sus testimonios, que enriquecen estas notas.